



切勿打擾我 如何減少不希望獲得的通訊資料

當今很多人家中收到的大量促銷材料，頗受困擾。您可能無法完全終止行銷電話、傳真、郵件或電子郵件，但您可以設法減少此類通訊的數量。您可以從一開始就避免被列入某些行銷名單。您可以採取措施從很多已經被列入的名單中退出。

遠離行銷名單

- ☒ 請勿填寫消費者調查問卷或行銷調查問卷。
- ☒ 請勿填寫附在產品「保固註冊卡」中的調查問卷。您無須填寫和寄回該卡即可享受您的保固權利。只要保存銷售收據即可。¹
- ☒ 請勿填寫參加抽彩獲獎的表格。
- ☒ 當您為慈善機構或其他團體捐款時，請附上一張便條，請他們不要將您的名字送給、出售給或租借給任何其他機構。當您郵購物品時也應這樣做。
- ☒ 只要可能應儘量行使您不參加的權利。您的財務機構必須通知您關於您有權阻止他們將您的個人財務資訊與外部公司共用的權益。² 請閱讀網站上的隱私權政策。通常，他們會給您機會選擇不加入接收電子郵件廣告名單或與其他公司共用的資訊。

行銷電話

- ☒ 簽名加入全國性的「勿打擾電話計劃名單」(Do Not Call Registry)。加入名單三個月後，大多數電話行銷員應該不會撥打您的號碼。如果撥打，您可以在「勿打擾電話計劃」(Do Not Call)網站投訴。您可以免費登記您的家庭電話或手機號碼。您的註冊有效期為五年。請撥打 1-888-382-1222 或者前往 www.donotcall.gov 進行登記。
- ☒ 即使您加入「勿打擾電話計劃名單」，政治和慈善組織仍然可以撥打您的電話。如果您要求他們不再打電話給您，他們需要尊重您的要求。如果他們不尊重，您可以前往上述的網站向聯邦貿易委員會(Federal Trade Commission)投訴。
- ☒ 使用未列入號碼簿也沒有公佈的電話號碼。未列入號碼簿的號碼通常比較少接到不願意接收的來電。您也可致電電話公司的業務辦公室，要求將您的姓名從住址簿除名。對於這些服務，各公司通常按月收取費用。
- ☒ 請留意偽裝成勿打擾電話計劃服務人員的騙局。他們可能偽裝成州立勿打擾電話計劃的服務人員，竊取個人資訊。



- ☒ 欲瞭解有關減少行銷電話之詳情，請查閱 www.privacyrights.org 網址中的「隱私權文件庫簡明資料 5」，www.epic.org/privacy/telemarketing 網址中的 EPIC 資訊，以及 www.junkbusters.com/telemarketing.html 中有關垃圾處理器(Junkbusters)的使用提示及信函範例。

垃圾郵件

- ☒ 請撥 1-888-5OPTOUT (567-8688)，終止大多數未經索取寄來的所謂預先批准的信貸優惠，或是在 www.optoutprescreen.com 選擇退出。此有效期為五年，您也可以讓它永久有效。
- ☒ 請註冊參加直銷協會的郵件選擇服務計劃 (Mail Preference Service)。三、四個月後，您就會少收到垃圾郵件。這是一項由行業贊助的自願參加計劃。該項計劃不會終止所有的垃圾郵件。請從以下網址註冊：www.dmaconsumers.org/cgi/offmailing，註冊費 1 美元。您亦可以信函形式免費加入郵件選擇服務計劃，聯絡地址：Mail Preference Service, Direct Marketing Association, P.O. Box 282, Carmel, NY 10512。隨信附上 1 美元的支票或匯票，擡頭註明 DMA。註冊有效期為五年。
- ☒ 有關終止垃圾郵件的詳情，請查閱 www.privacyrights.org 網址中的「隱私權文件庫簡明資料 4」，或 www.junkbusters.com/junkmail.html 網址中有關垃圾處理器的說明。

垃圾傳真

- ☒ 聯邦法律禁止未事先獲得收件人許可發送未經索取的商業傳真，除非發信人與收件人已有業務關係。它也規定此類傳真廣告的發信人必須包括一份通知和聯絡資訊，告知收件人如何退出接受日後類似的傳真。³
- ☒ 欲瞭解有關終止垃圾傳真之詳情，請查閱 www.junkbusters.com/fax.html 網址中有關垃圾處理器的說明和信函範例。另請參閱聯邦通訊委員會 (Federal Communications Commission) 在 www.fcc.gov/cgb/consumerfacts/unwantedfaxes.html 上的簡明資訊。

垃圾電子郵件

- ☒ 絕對不要回答垃圾電子郵件。絕對不要購買垃圾電子郵件中推銷的任何產品。如同保護您的其他個人資訊一樣保護您的電子郵件地址。切勿在您的網站中公開您的電子郵件地址。在網上新聞組使用另一個電子郵件位址。
- ☒ 在 www.dmaconsumers.org/offemaillist.html 網址註冊參加直銷協會的電子郵件選擇服務計劃 (Email Preference Service)。此為免費計劃，有效期兩年。這是由行業贊助的自願參加的計劃。它不會終止所有的垃圾電子郵件。
- ☒ 向您的網路服務提供商 (ISP) 報告垃圾電子郵件。加州法律允許 ISP 控告那些從其網路發送垃圾電子郵件或是違反其政策發信給其訂戶的人。⁴



本簡明資訊僅向您提供資訊，不得視作法律諮詢或加州政府的政策。讀者若希望就特定案件獲得建議，應向律師或其他專家諮詢。在下列情況下可複印本簡明資訊：(1) 複印文字內容未經更改或曲解，(2) 申明本資料由加州隱私權保護辦公室編寫，以及 (3) 所有副本均免費分發。

注釋

¹ 《加州民法典》第 1793.1(a)(1)條規定，保證書或產品登記卡應當說明不填寫和寄回登記卡並不減損消費者的保證權利。欲瞭解該法條文，請瀏覽 www.privacy.ca.gov/code/cc1793.1.htm。

² 欲瞭解更多資訊，請參閱隱私保護辦公室（Office of Privacy Protection）網站的財務隱私頁，網址是：www.privacy.ca.gov/financial/financial.htm。

³ 聯邦《電話消費者保護法》（包括 2005 年《禁止垃圾傳真法》修訂案），《美國法典》第 5 章第 47 章 227 條。

⁴ 《加州商業與職業法典》第 17529 條及以下和第 17538.45 條規範「垃圾郵件」為主動發送的商業電子郵件。第 17529.5 條涉及主動發送帶有誤導性或偽造標題或資訊的商業電子郵件，並規定了罰則。該規定適用於發往或發自加州電子郵件地址的電子郵件，並授權收件人、電子郵件服務提供商或司法部長起訴，請求對於違法發送的每則電子郵件廣告判決 1,000 元的實際損害賠償金和誤期損害賠償金，最高金額為每起 100 萬元。該規定還授權勝訴的原告獲得償付律師費和其他費用。17538.45 條規定電子郵件服務提供商有權起訴從其網路或向其訂戶發送垃圾郵件者。服務提供商最高可獲得每天 25,000 元的民事賠償另加律師費。欲瞭解這些加州和聯邦反垃圾郵件法律的文本，請參閱隱私保護辦公室的隱私法律網頁。